



**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ESTE
FACULTAD DE FILOSOFÍA
CARRERA DE PSICOLOGÍA**



**TRASTORNOS DEL SUEÑO Y RENDIMIENTO ACADÉMICOS EN
ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA
DE UNA UNIDAD ACADÉMICA DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA -
PERIODO 2023.**

Autoras:

Anahí Araceli Fretes Romero; arafretesk@gmail.com

Laura Inés Escobar Recalde

Orientadora:

Mag. Fátima Villasboa García

Correo: fatima.villasboa@filosofiaune.edu.py

Trabajo Final de Grado presentado a la Facultad de Filosofía de la Universidad
Nacional del Este como requisito para la obtención del título de Licenciatura en
Psicología

Ciudad del Este - Paraguay

Año 2023

RESUMEN

El presente trabajo tuvo como propósito analizar el rendimiento académico acorde a los trastornos del sueño que experimentan los estudiantes del primer año de la carrera de Psicología de una Unidad Académica de Universidad Pública, periodo 2023. La metodología fue de no experimental, tuvo un enfoque cuantitativo fue una investigación de tipo descriptiva, como población 120 alumnos del primer año de la carrera de Psicología de una unidad académica de Universidad Pública del turno noche, que se encuentra en el km 8 Acaray del departamento de Alto Paraná. La muestra estuvo conformada por 120 alumnos de la carrera de Psicología. La encuesta fue utilizada como técnica de recolección de datos, mediante un cuestionario alineado con el marco teórico y los objetivos. Los resultados obtenidos de este riguroso proceso de investigación revelaron de manera coherente y sistemática, la investigación da por conocer los trastornos del sueño y el rendimiento académico desde la perspectiva de los estudiantes de primer año de la carrera de Psicología en una unidad académica de una universidad pública durante el periodo 2023. Se concluye que, se evidencian aspectos positivos, como la motivación y el compromiso con respecto al rendimiento académico, pero también dificultades, incluyendo problemas relacionados con la calidad del sueño desde la perspectiva de los estudiantes.

Palabras claves: sueño; rendimiento académico; trastornos del sueño; estudiantes.

ABSTRACT

The purpose of this work was to analyze the academic performance according to the sleep disorders experienced by first-year students of the Psychology degree in an Academic Unit of a Public University, period 2023. The methodology was non-experimental, it had a quantitative approach. It was a descriptive research, as a population of 120 first-year students of the Psychology degree from an academic unit of a Public University on the night shift, which is located at km 8 Acaray in the department of Alto Paraná. The sample was made up of 120 students from the Psychology major. The survey was used as a data collection technique, through a questionnaire aligned with the theoretical framework and objectives. The results obtained from this rigorous research process revealed in a coherent and systematic manner research that reveals sleep disorders and academic performance from the perspective of first-year students of the Psychology degree in an academic unit of a public university during the period 2023. It is concluded that positive aspects are evident, such as motivation and commitment with respect to academic performance, but also difficulties, including problems related to the quality of sleep from the perspective of the students.

Keywords: sleep; academic performance; sleep disorders; students.